

家庭科

馳 裕紀子

1 家庭科における「よりよい未来を志向する子」

子どもは食べることや着ることなどの生活に欠かせない行為を、「毎日必ずしなければならない」と意識することなく行っている。食事が食卓に並んだり、汚れた衣服がきれいになり片付けてあったりすることなどを、子どもは当たり前のようにとらえ、家族にしてもらっている。これらの子どもの様子から、自分の生活、家族の生活をよりよくしよう、家族の一員としてできることをしようという意識が薄いように感じられる。

そのため、本校の家庭科では、衣食住などに関する知識及び技能を身に付け、それらを家庭生活の中に取り入れ、実践していくことを通して、子どもが家族の一員として自分の生活をよりよくしようとすることをめざしている。製作、調理などの実習や観察、調査、実験などの実践的・体験的な活動に目的意識をもって取り組むことにより、実感の伴った理解につながり、日常生活に必要な基礎的・基本的な知識及び技能を身に付けることができるだろう。また、生活環境の異なる友達と自分の生活について話し合い、交流することで、新たな気づきを得ることができる。これらの身に付けた知識及び技能や新たな気づきが、家族の一員として家庭生活の中で実践しようとする子どもにつながっていく。

家庭科における「よりよい未来を志向する」とは、身に付けた知識及び技能や行為のよさを自分の生活場面にあてはめ、生活をよりよくしようと考えを更新し、生活場面で使えるようにしていくことである。そのためには、生活経験をもとに身近な生活事象をふり返ることで、「もっとこうしたい」「なぜこうするのだろうか」といった自己の思いや考えをもつ。そして、実践的・体験的な活動を行い、日常生活に必要な基礎的・基本的な知識及び技能を身に付けたり、その生活に欠かせない行為のよさを実感したりすることが重要である。

以上のことから、家庭科における「よりよい未来を志向する子」を次のようにとらえる。

身近な生活事象をふり返ることで 自己の思いや考えをもち 新たに得た情報や知識とを関係付け 表現し合い 自分の生活をよりよいものにしようとする子

2 家庭科における決める授業デザイン

「よりよい未来を志向する子」を育むために、題材を大きく3次に分けて考える。第1次では、自分の生活場면을ふり返る。生活場면을ふり返ることで、これまで特に意識することなく行っていた行動に気付いたり、なぜそのような行動をするのだろうかという疑問に思ったりするだろう。また、生活場面を想起し、自己の思いや考えを話し合うことで、学習することのイメージが広がる。これらが第2次以降の学習に対する関心を高め、題材を通しての課題を決めることにつながっていく。

第2次では、衣食住などに関する知識及び技能を身に付ける。子どもは、それぞれ生活環境が異なるため、同じ生活事象に目を向け、かかわったとしても、同じ見方・考え方をする子どももいれば、異なった見方・考え方をする子どももいる。「同じ考え方だけど、ここが違う」「考えていることは違うけど、していることは同じだ」などと比べるだろう。このように他者とかわることで、自分の見方・考え方を広げたり深めたりし、自分の考えを更新していく。また、題材を通しての課題を意識して1時間ごとの課題をつくっていく。課題を追究する意欲が高まるとともに、目的意識をもって製作、調理などの実習方法を決め、学習を進めることができる。これらをくり返すことで、日常生活に必要な知識及び技能が身に付き、自分でできることが増えたと実感し、家庭での実践への意欲を高めることにつながる。

第3次では、家庭で実践する計画を立てる。題材導入時にできなかった、わからなかったことが、できるようになった、わかるようになったときに「家でもしてみたい」と思うだろう。そこで、家庭でどのように実践するのかを決める。これまでに学習したことをもとに、自分の生活がよりよいものになるよう考える。家庭で実践することができれば、自己の成長を実感することができる。また、家族にほめられ、家族の一員だと実感することもあるだろう。

3 決める授業の手だて

(1) 生活場面をふり返り 課題につなげる

家庭科では、身に付けた知識及び技能を家庭で実践することが重要である。そのため、題材終末時に家庭で実践することを考え、これまでの生活をふり返った上で、題材を通しての課題、本時の課題を決める。

生活場面をふり返る際には、ワークシートを用いる。ワークシートには本題材で学習する内容にかかわる自分の生活をふり返り記述する。例えば、朝食の役割について考えるのであれば、その日食べた朝食の内容を、生活時間について考えるのであれば普段の生活時間を記述する。可視化することであまり意識することなく行っていた行動について改めて考えるきっかけとなる。そして、記述したことをもとに話し合うことにより共通点や相違点が明確になり、学習することを焦点化することができる。

また、学習する上で大切なキーワードを示すこともある。例えば、季節に合った過ごし方を考える際、始めにキーワードとして「快適」という言葉を示す。子どもは生活場面を想起し話し合うことにより、夏であれば「すずしい」や「べとべとしない」など具体的なイメージをもつ。イメージをもった子どもは、家族の様子を見たり聞いたりし、自ら課題について考えるようになる。

(2) かかわりを通して 日常生活に必要な知識及び技能を身に付けさせる

日常生活に必要な知識及び技能を身に付けるには、実践したり体験したりすることが大切である。しかし、考えることなく実践したり、何となく体験したりしても、実感が伴っていなければ、知識及び技能が身に付いたとは言い難い。そこで、大きな課題に対して、それぞれの子どもやグループが一つの観点を選択し、そのことについて試したり調べたりする活動を行う。互いに試したり調べたりしたことを伝えたり、受けとめたりすることで、課題を解決することや、より広く深い実感の伴った理解につながる。

また、実践的・体験的な活動を少人数グループで行うようにする。一人一人が考えながら活動を行うため、自分が感じていること、考えていることを思わず述べたり、友達が感じていること、考えていることを耳にしたりすることもあるだろう。自分の考えを伝え、相手の考えを受け取り、その互いのよさや違いを理解することが、日常生活に必要な知識及び技能を身に付けることにつながる。

これまで自分が意識することなく行ってきた日常生活の行動が、他者とかかわることにより、日常生活を送る上で有効な知識であったことに気付くこともある。複数の行為の違いについて考えることで、生活経験をもとにした知識の価値や利点に気付くとともに、自分の生活に必要な知識及び技能を選択し、身に付けることにつながると考える。

(3) 学んだことをふり返り 家庭での実践につなげる

日常生活に必要な知識及び技能を身に付けた段階で、これまでの学習をふり返る場を設定する。何ができるようになったのか、わかるようになったのかを明確にすることで、自己の成長を実感するとともに、どのようにして家庭で実践するのかについて決め、実践への意欲を高めるためである。できるようになったこと、わかったことは「1年間の学び～家庭科の学習を通して～」という1枚のワークシートに書き足していく。少しずつできるようになったことが増えていくことで、自己の成長を実感することができるだろう。

家庭での実践について決める際に、家庭実践計画書を作成する。だれのために、何をするのかを計画書に記述する。相手意識を高めることにより、学習したことをもとに、自分の生活に合ったものへと工夫することにつながるからである。家庭実践計画書をもとに家庭で実践した後、実践したことを文や写真などで記録し、家族からコメントを書いてもらい、家庭実践報告書とする。家族からの「おいしかった」「してくれて、ありがとう」などのコメントは「実践してよかった」という満足感や達成感、家族の一員であることを改めて実感することにつながり、「また、したい」という次の実践への意欲を高めるだろう。「こんな方法があるよ」「こうするともっといいよ」などの家族からのアドバイスは、「次はこうしてみよう」という生活をよりよくすることへとつながっていく。

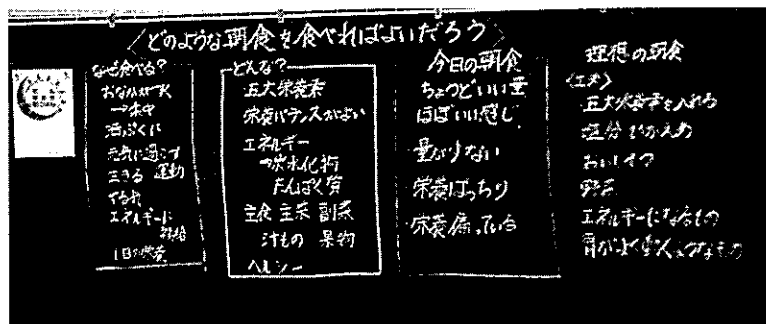
(1) 生活場面をふり返り 課題につなげる
6年生「朝食って…」の実践から

<p>＜どのような朝食を食べればよいだろう＞</p> <p>1. 目的のために朝食を食べるのだから。</p>			
<p>【朝の目的】</p> <p>1日元気に過ごすため 集中するため</p>		<p>【朝食の要素】</p> <p>五大栄養素 ヨーグルト 食物繊維の多い野菜 たんぱく質の多い肉類</p>	
<p>2. 今日、どのような朝食を食べてきたか。どのような朝食が理想ですか。</p>			
<p>【今日の朝食】</p> <p>【朝食】(朝食) 卵かけごはん、豆乳、ヨーグルト</p>		<p>【理想の朝食】</p> <p>【朝食】(朝食) 納豆ごはん、野菜肉いため、牛乳</p>	
<p>【図】</p>		<p>【図】</p>	
<p>【感じたこと・思ったこと】</p> <p>脂質・ビタミン・無機質がない。</p>		<p>【考えたこと】</p> <p>五大栄養素を入れた。</p>	

資料1 自分の朝食をふり返るA児のワークシート

本題材では、自分が普段食べている食事をふり返ることにより、食事の役割、食事をする目的について考える。ふり返る際、ワークシートを用いる。ワークシートに記述することで、自分の食事について考えるきっかけとなると考えたからである。

最初に今朝どのような朝食を食べてきたかをふり返る。献立、材料をワークシートに記述することで意識することなく食べていた朝食について「そういえば今朝パンと牛乳しか食べていないな」などと考え始める(資料1)。普段意識することなく行っている行動について改めて考えるきっかけとなっている。A児は脂質、ビタミン、無機質がないことに気付いている。生活をふり返ることを通して自分の生活の課題についても考え始めているのである。



資料2 朝食について見直す思考過程を示す板書

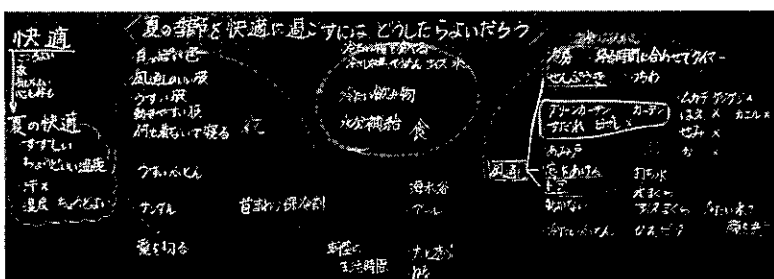
考えたところで、子どもが課題＜どのような朝食を食べればよいだろう＞を決め、これまでの生活経験や既習から栄養バランスのよい朝食を食べることが大切であることがわかった。これらをふまえ、改めて今朝の食事をふり返ると、今まで気付かなかったよさや課題に気付く。

今朝の自分の朝食をふり返ったことにより、気付いたよさや課題、自分の嗜好をもとに、理想の朝食について考える。A児が考えた理想の食事は、自分の朝食の課題となっていた脂質、ビタミン、無機質を含んだ朝食となるよう「野菜肉いため」を加えている(資料1)。工夫したところにも五大栄養素を入れたと記述してあり、ここまでの学習を生かし、理想の朝食を考えていることがわかる。

本時の最後にふりかえりを行った。A児は普段から朝起きることが苦手である。前題材で学習した生活時間のことも含めて「できるだけ早ね早起きと合わせて栄養バランスのよい朝食をとることをがんばりたいです。」と記述していることから、家庭での実践へつなげようとしていることがうかがえる。

6年生「快適に過ごそう Part 2～夏編～」の実践から

季節に合った過ごし方を第5学年では Part 1 として冬、第6学年では Part 2 として夏について学習している。どちらの題材においても「快適」をキーワードとして学習する。



資料3 キーワードをもとにイメージを広げた思考過程を示す板書

1時では、「快適」という言葉を示し、どのような意味かを問うと「心地よい」「気持ちよい」などと発言していた(資料3)。続けて、「夏の快適」の意味はと

問うと「すずしい」「ちょうどよい湿度」などと発言している。「快適」から「夏の快適」へ、そして「風通しのよい服を着る」「冷たい飲み物を飲む」「窓を開ける」などの具体的な行為へとイメージが広がっていることがわかる。これらの広がったイメージから、＜快適な住まい方とはどのようにすることだろう＞、＜快適な着方とはどのようにすることだろう＞という1時間ごとの課題につなげていくことができる。

(2) かかわりを通して 日常生活に必要な知識及び技能を身に付けさせる

6年生「快適に過ごそう Part 2～夏編～」の実践から

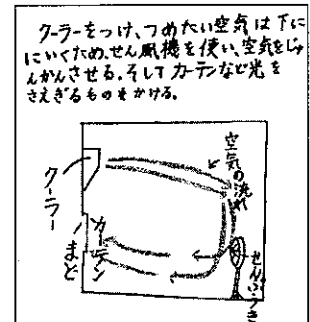
本題材では、夏の快適な過ごし方について1時でイメージを広げた後、2時におすすめの夏の過ごし方をグループごとに考えた。個人の考えでは、「クーラーをつける」「扇風機を使う」「カーテンを閉める」などのすずしくするための行為のみを考えていた。しかし、グループで話し合ったこと、おすすめの過ごし方を考えようと教師が投げかけたことにより、それぞれの行為を組み合わせ、「冷たい空気は下にいくため、扇風機を使い空気を循環させる」「カーテンなど光をさえぎるものをかける」など、その理由を生活経験や既習から考えることができた(資料4)。

3時では、エアコンを使う場合と使わない場合に分けて、快適な過ごし方についてさらに考えた。日常生活での実践につなげるためである。家庭ではエアコンを使っている場合が多いが、学校では教室にエアコンがない。暑い教室を自分たちで快適にするにはどうしたらよいかを考えてほしいとの意図もあった。B児は前時に行われたグループでの話し合いを受け、エアコンを使う場合と使わない場合を空気の流れに焦点を当て考えている(資料5)。エアコンを使う場合と使わない場合では窓やドアの開閉に違いがある。その違いを空気の流れから考えることができたのは、前時までに空気の流れについてグループで考えたからである。C児は住まい方にとどまらず、着方や食べる物についても考えている(資料6)。題材導入時にすずしくするための行為について考えたが、「風が入る」「光や熱を防ぐ」など、その理由にまで考えが及んでいる。理由まで考えることができたのも、グループでその行為の理由まで考える活動をしたからこそである。

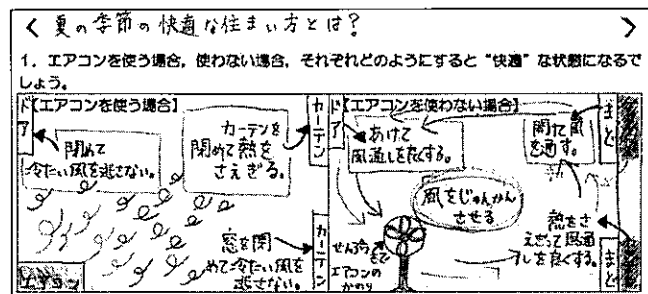
6年生「レッツ クッキング Part 3～いためる技をゲット!～」の実践から

にんじん、ピーマン、もやしの3種類の野菜を食材とし、塩、こしょうで味付けをする野菜いためを調理することを通して、いためる調理のポイントである食材の切り方、いためる時間、いためる順序、火力について学んでほしいと考えた。そこで、子どもがゆでる調理といためる調理の違いを知った後、これらのポイントを変えた2種類の野菜いためを試食した(資料7)。

2種類の野菜いためを教師が調理し、グループに1皿ずつ用意した。2種類とも材料と調味料、量も同じであることを伝え、見た目、味、香りの観点で観察した後、試食させた。グループに1皿ずつ用意したのは、自分が感じたことをその場で話したり、その場で友達



資料4 グループで考えた快適な住まい方



資料5 空気の流れを視覚化したB児のワークシート

＜夏の季節の快適な住まい方とは？＞	
1. エアコンを使う場合、使わない場合、それぞれどのようにすると「快適」な状態になるでしょう。	
【エアコンを使う場合】 ・カーテンをしめる→光・熱を防ぐ ・グリーンカーテン→ロハげロ ・半袖で半ズボン→風に当たりやすい ・冷たい食べ物・飲み物の中もすずしくなる	【エアコンを使わない場合】 ・まじを閉める→風が入る ・カーテンをしめる→光・熱を防ぐ ・せん風機・うちわ→風を送るもの ・グリーンカーテン→ロハげロ ・半袖で半ズボン→風に当たりやすい ・冷たい食べ物・飲み物の中もすずしくなる ・氷や冷たい飲み物を飲む ・風りん

資料6 快適になる行為とその理由を説明したC児のワークシート

	A	B
材 料	にんじん、ピーマン、もやし	
調味料	塩、こしょう	
切り方	バラバラ	もやしに合わせて
時 間	5分	3分
順 序	全て同時	硬いものから
火 力	中火	中火

資料7 試食した2種類の野菜いための違い

＜野菜いためAとBでは、どこがちがいのだろう＞			
材料・調味料	見た目	味・香り	
A	にんじん	コゲ	シャキシャキ 後味…油
	ピーマン	いためすぎ	⑧こしょう味 ⑨あまい
B	もやし	黄色の液体…油？→油が多い	香ばしい、こい 水分とがしっかつ火が通っている
	塩	⑩大きい 三角形太い	⑪うすい 後味…油×
B	こしょう	油がよくきいている	野菜が甘い 野菜味強い
		いため具合…「ちょうど」 水分が少なくて	シブシブ、クニクニ
		つるつる テカテカ	香ばしさ×
		水分がある ⑫細長い	水分あり水っぽい
		液体少ない	

資料8 2種類の野菜いためを試食しての違いを示す板書

の意見を聞いたりすることができる考えたからである。子どもは「Aはこげている。」「Bは水っぽい。」などと感想を述べながら試食していた(資料8)。子どもの様子から、同じ野菜いためを食べているにもかかわらず、自分と友達では感じていることが違うことを実感しているようであった。試食中には「同じ材料と調味料で、量も同じなんだよね。」と確認しているグループもあった。2種類の野菜

のための違いから、「いためる時間」「いためる順序」「調味料を入れる順序」「野菜の切り方」「火力」「水分の入れ方」が違うのではないかと予想していた。

次の時間、野菜いためBを調理することを子どもに示すと、＜野菜いためBをつくるには、どのように調理すればよいだろう＞という課題となった。子どもが予想したいためる調理のポイントを、それぞれのグループが試し調理を行うことで調理の仕方を明確にし、野菜いためBをつくることができるようにする(資料9)。1グループ1観点を決め、その観点について試し調理を行う。1グループ3～4人を2班に分け、条件制御を行った上で調理の仕方を考え、試し調理をし検証する。前時に調理のポイントを考えたので、本時はグループごとに調理の仕方を考えた。一から調理の仕方を考えることは難しいと思い、野菜いためAの調理の仕方を示した。

調理の仕方
ちがい

いためる時間

火力・火加減

切り方

水分の入れ方

いためる順序

調味料を入れる順序

＜野菜いためBをつくるには、どのように調理すればよいだろう＞

時間 — 3分、1分

火力・火加減 — 強火・弱火

切り方 — いちょう切り・千切り

水分の入れ方 — 水にひたす、ひたさない

いためる順序 — に→ピー→も もつに→ピー
ピー→に→も に→ピー→も

調味料を入れる順序 — 最初・最後、いためる前、いためる後、最後の野菜入れ後、最後の野菜入れ前

資料9 試し調理のいためるポイントを示した板書

子どもが予想した調理のポイントの中からグループごとに1観点を本時導入時に決めた。その後、野菜いためAの調理の仕方が提示されたことで、調理の仕方に目を向け、生活経験や試食した際の感覚、第5学年で学習したゆでる調理の既習をもとに、考えながら話し合うことができていた。いためる時間をポイントとしたグループは1分と3分で比べる計画を立てた。どうして1分と3分にしたか理由を書くワークシートを用意した。すると「Aは5分いためてこげていたので、Bはそれよりも短い時間しかいためていないと思ったから。」と理由が述べられていた。この記述からも試食、野菜いためAの調理の仕方をふまえて考えていたことがわかる。グループごとに調理の仕方を話し合った後、自由に他のグループと交流する時間を設けた。同じ調理のポイントについて考えているグループと交流することで、調理の仕方を考え直すきっかけになると考えたからである。調味料を入れる順序をポイントとしたグループは同じ調理の仕方を計画していることがわかり、「調理中に調味料を入れる」から「野菜といっしょに入れる」に変更していた。もう一度考え直す機会となっていることから有効な手だてであった。

しかし、いためる順序、いためる時間、調味料を入れる順序、火力など決めることがとても多く、話し合いに時間がかかるわりに明確にならないことも多い。拡散した状態で話し合いが終わってしまったグループもあった。試し調理の回数を増やし、1回に試すポイントを減らし、わかりやすくする必要があった。

調理の仕方を考えた後、試し調理を行った。切り方、いためる時間はそれぞれ千切り、3分とはっきりしたが、水にひたす、いためる順序、調味料を入れる順序、火力については、

はつきりとしなかった。次時にもう一度調理実習の計画を立てることを予告すると野菜のための調理の仕方について家の人に聞いてくる子どもがいた。D児はまだはつきりとしていない調理のポイントを母親に聞き、それを日記に記し、計画を立てる際に発言していた（資料10）。D児は普段家庭で調理をしている母親に聞くことで調理のポイントがわかるだろうと考え、能動的に学習していることがわかる。この発言をもとに、子どもは改めて調理の仕方を考え直した上で調理をし、いためる調理のポイントははつきりさせることができた。これらのことから、友達や教師だけではなく、自分の周りにいる人ともかかわることで、考えが広がったり深まったりすることがわかる。

今日、調理実習で野菜いためをつくりました。でも、はつきりしなかったポイントがあります。それは、水にひたすかどうか、火力、調味料を入れる順序、いためる順序です。

そこで、お母さんに聞いてみました。そうしたら、水にはつけない、火力は強く、調味料はいためた後、いためる順序はかたいものからやわらかいものだと言っていました。

今度の調理実習でみんなで確かめてみたいです。

資料10 調理のポイントについて聞き取ってきたD児の日記

(3) 学んだことをふり振り返り 家庭での実践につなげる

6年生「レッツ クッキング Part3～いためる技をゲット!～」の実践から

いためる調理の特性、材料に応じたいため方について学習した後、家庭実践計画書を作成した。家庭での実践をうながすためである。野菜のためのポイントを確認した上で、実践計画を立てた。子どもは相手をだれにするか、どのような野菜いためをつくるかなど、具体的にこれまで学習したことをもとに考えていた。計画を立てる前に条件を提示した。その条件は3種類以上の野菜を使うこと、加工食品やたまごを使ってもよいこと、調味料、油の種類は自由であることである。これまでに学習した切り方やいためる順序を考えてほしいためである。しかし、計画を立てていく中でスタミナ満点の野菜いためをつくるために、生肉を使いたいと考える子どもがいた。学習指導要領において生肉の調理は認められていないが、家庭で実践することを考え、家の人に相談した上で使ってよいと即応的に判断した。自分なりの工夫を認めたいと考えたからである。

E児が考えた計画は資料11の通りである。夏を意識し、暑い中でもあっさりと食べることができ、食欲をそそるスパイシーな感じにしようとしている。冷やし中華の上に乗っている食材をいため、カレー粉で風味をつけている。たまごも野菜とともにいためることで、普段の冷やし中華の具とは一味違ったものに仕上がるだろう。

F児は妹がたまごアレルギー、父親はチーズが嫌いであることから、父用、母用、妹用とそれぞれに合わせた野菜いためをつくることを計画している。こってりさせるためにサラダ油ではなくバターを用いる工夫もしている。夏休み中に実践する予定である。どのような家庭実践になるか楽しみである。


〈家族のための野菜いためをどのように調理すればいいだろう〉

1. お家で野菜いためをつくりたい。

【だれに】 【どのような】
お母さんに あっさりしたスパイシー

2. どんな工夫をしますか。
調味料にカレー粉を使い、野菜にはないスパイシーな味、風味に近づける。

3. 食材、調理手順を考えよう。

【材料・調味料】 【冷やし中華】にんじん、ハム、たまご、カレー粉 【調理手順】	【できあがり予定図】 
1. じゃがいも、にんじん、ハムをせん切りにする	
2. 鍋に油を温め、たまご、油を全体的にひく。	
3. じゃがいも、にんじん、ハムを一分間炒める。	
4. たまごを炒め、一分間炒め、おろしする。	
5. 油をひき、じゃがいも、にんじん、ハム、カレー粉を炒める。	

【お好みで】
4. 冷やし中華に、
(お好みで、考えたこと、仲間から学んだこと、これからがんばりたいこと…)

夏らしい、あっさりした、スパイシーな野菜いためにするために、カレー粉を入れる工夫をすることにした。
カレー粉を使うとスパイシーになり、こってりすることなく、野菜いためを作れるだろう、と考える。
父、野菜いため、お母さん、冷やし中華の具に合うように、更に具に合う料理になるだろう。

資料11 E児の家庭実践計画書

成果と課題

三つの手だてを中心に実践を重ねてきた。生活場面をふり返って課題設定したり、家庭での実践について考えたりする場を設定することは、家庭科の学習において重要である「家庭生活の中から課題を見だし家庭生活の中で実践すること」につながっていった。また、学習を進める中で友達や教師だけではなく、自分の周りの人とかかわり、考えを広げたり深めたりすることができた。これらは成果である。その一方で、子どもが日常生活に必要な知識及び技能を身に付けるために、何を考えればよいのか、どのようにして考えるのか、計画的授業デザインが子どもの実態と合っていなかった。何をどのようにして考えさせるのかを明確にして実践を積み重ねていきたい。